

青い旅

出雲市子ども支援センターの主な業務

- ①相談活動 ②子ども支援活動 ③補導活動
④啓発活動 ⑤他機関連携・環境浄化など

●場 所 出雲市今市町北本町1-7
(出雲勤労青少年ホーム内)
●電 話 21-4444
●相談電話フリーダイヤル
0120-84-7867
相談時間(月~金)8:30~18:00
(土) 8:30~17:00

平成20年(2008)4月

大切にしたい生活リズム

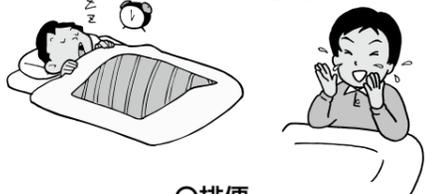
朝型の生活リズムを確立するために

○早寝早起き

早寝のためには
・適度な運動が安眠につながる
・寝る前に、強い刺激のある本を読まない、テレビを観すぎない
・寝る前に強い刺激のある食べ物をとらない

○洗面

・水で洗顔し爽快感を味わう
お湯で顔を洗ってはいませんか?



○排便

・朝、排便をする習慣を身につける



○食事

・バランスのよい食事
朝食は、パンと牛乳(コーヒー)だけといった食事をしていませんか?



平成20年度が始まりました。子どもたちは、入学(園)、進級にと、新たな気持ちで、新年度をスタートさせたことと思います。

子どもたちが朝から生き生きと勉強や活動に取り組むためには、心身ともにさわやかな状態であることが大切です。ところが、朝から無気力だったり、落ち着きがない子が増えています。それは、生活のリズムが夜型になってきており、慢性的に心身が疲労状態にあるためといわれています。

子どもたちにとって、大切な習慣は、睡眠の習慣です。そして、子どもたちを待ち受けている世界は朝型で、その世界は学校なのです。頭も体も勉強や活動ができる状態にして家庭から送り出すのは親の役目ではないでしょうか。

起床からの一日の行動をリズムに乗せてスムーズな流れになるよう、習慣づけることを考えてみましょう。規則正しい生活リズムを身につけることが、自分の生活を自分でコントロールする力を育て、子どもを伸ばすことにつながります。

子どもとネット被害



インターネットや携帯電話は子どもたちも利用する便利な道具として普及しています。一方で、さまざまなトラブルに巻き込まれたり、犯罪の被害者や加害者になったりするケースが増えてきました。実際に、次のようなネット被害が問題になっています。

- 出会い系サイトでの被害
- 掲示板での誹謗中傷
- 犯罪や自殺などに誘う悪質なサイト

☆インターネットの利用について考えよう

- ・親自身が機能について勉強する
- ・携帯電話を持たせる意義について親子で話し合う

有害サイトはフィルタリングでシャットアウト!

フィルタリングとは、パソコンや携帯電話など、ネット上の有害・違法情報を子どもが見ることができないようにすることです。

有害サイトをフィルタリングするには

- パソコン⇒市販のソフトウェアやプロバイダのサービスを活用する
- 携帯電話⇒各携帯電話会社のサービスを活用する(無料)



「日本の心のふるさと出雲」応援寄附条例の制定を受け、出雲市出身者が集う「東京いずもふるさと会」でPR活動を行いました(3月22日 都内のホテル)

3月定例会市議会報告

3月定例会市議会が、2月20日から3月17日までの会期で開催され、平成20年度一般会計予算など、議案が原案どおり可決、承認されました。

主な議決案件をお知らせします。

予算案件

◎平成20年度一般会計・特別会計当初予算(詳細は4~5ページ)

◎平成19年度一般会計第6回補正予算・特別会計補正予算(左下表)

条例案件

①出雲市乳幼児等医療費助成条例の一部改正

安心して子どもを生育させることができる環境づくりを推進するため、4月から3歳未満の乳幼児医療費の本人負担額を無料化しました(詳細は、広報いずも3月27日号表紙参照)。

②出雲市行政組織条例の全部改正

厳しい経済情勢や社会変動のなかで、新出雲市ならではの新たな重要分野となっている観光行政の諸政策の総合化と充実強化を図るなど、4月から新たな組織・機構に再編強化しました(詳細は、広報いずも3月27日号8~9ページ参照)。

3月補正予算

●一般会計

総額1億3,400万円の減額補正
(補正後の予算総額は706億9,100万円)

主な内容

- ◎福祉灯油助成事業【新規】……………600万円
- ◎認可保育所施設整備費補助……………7,274万円
- ◎ゆうプラザ管理運営費……………2,700万円
- ◎市債繰上償還……………2億2,728万円

●特別会計

総額23億1,968万円の増額補正
(補正後の予算総額533億7,263万円)

主な内容

- ◎国民健康保険事業……………3億1,230万円
- ◎老人保健医療事業……………6億7,000万円
- ◎簡易水道事業……………4億3,930万円
- ◎下水道事業……………9億9,090万円

③出雲市景観条例の制定

景観法に基づく景観計画の実施にあたり、景観形成地域を指定するなど、良好な景観創造の施策を推進します。

④「日本の心のふるさと出雲」応援寄附条例の制定

「日本の心のふるさと」として、恵まれた自然、歴史、文化、伝統を有する出雲市を応援する方々から広く寄附金を募ります。これを財源として寄附者の意思に即した事業に活用し、本市の充

単行議決案件

◎公の施設の指定管理者の指定
12施設の指定管理者が決まりました。

人事案件

◎出雲市固定資産評価審査委員会委員の選任
成瀬達郎さん(今市町)、榎野裕さん(灘分町)、森脇慶昌さん(大社町中荒木)の選任に同意がありました。
◎人権擁護委員候補者の推薦
君野大枝さん(下横町)の推薦に同意がありました。